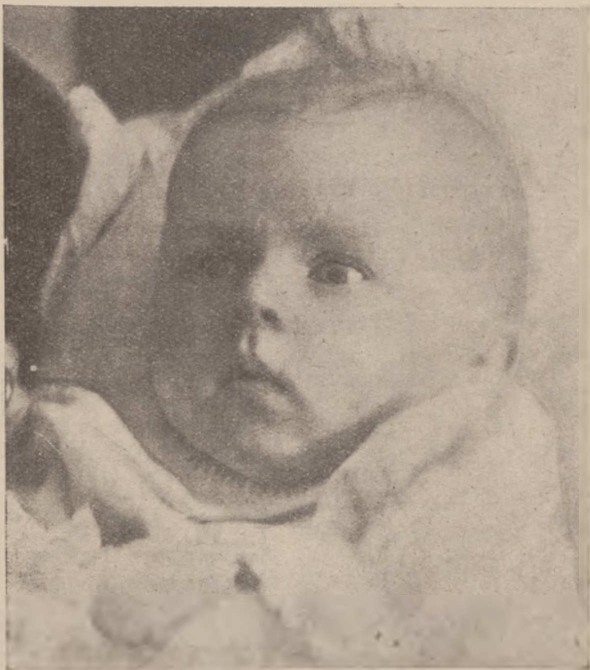
ROK VI
Nr. 22.

Listopad 15

Opłata uiszczona ryczałtem

Cena 70 gr.

MŁODA MATKA



DWUTYGODNIK POŚWIĘCONY ZDROWIU I WYCHOWANIU DZIECKA DO LAT 7-MIU

PISMO POPIERANE PRZEZ POLSKIE TOWARZYSTWO PEDJATRYCZNE

Moralne wartości karmienia naturalnego.

Ciągłe nawoływanie matek w ostatniem dziesięcioleciu do karmienia piersią nie przebrzmiało bez echa: większość matek pojęła ogromny wpływ karmienia naturalnego na rozwój dziecka i w miarę swych sił wywiązuje się z tego zadania.

Niejednokrotnie poruszaliśmy na łamach pisma naszego sprawę przewagi pokarmu naturalnego nad sztucznym — tego obecnie poruszać nie będę. Omówię natomiast wartość karmienia piersią z punktu widzenia moralnego.

Matka - karmicielka jest przez szereg miesięcy ściśle z dzieckiem związana; obowiązek karmienia kilka razy dziennie uzależnia ją w dużym stopniu od osoby dziecka: wyjazd, nawet na jeden dzień, staje się niemożliwy bez wyrządzenia dziecku krzywdy.

Obowiązek karmienia ma osobliwy charakter i różni się bardzo od innych obowiązków matczynych. Osobliwość ta zależy od wielkiego zadowolenia, z jakiem połączona jest czynność karmienia. Żadna praca, uprawiana nawet li tylko z zamiłowania, nie jest wykonywana z takiem poświęceniem, uczuciem, jak to ma miejsce w czynności karmienia.

Przyjrzyjmy się matce - karmicielce: każda jest znacznie ładniejsza podczas aktu karmienia. Składają się na to błogi wyraz twarzy, uśmiech łagodny, pełne pieszczoty i miłości spojrzenie, a wszystko to w sumie rozjaśnia, upiększa uduchowione wprost oblicze karmicielki.

Niektóre matki karmią swe dzieci z tak dużem namaszczeniem, że nie znoszą np. świadków podczas karmienia: karmią przeto dziecko w odosobnionym kącie, lub w oddzielnym pokoju.

Zadowolenie karmiącej matki zdaje się wynikać nietylko ze świadomości przewagi pożywienia naturalnego nad sztucznem. Większym bodaj nad tę

świadomość jest czynnik budzącej się miłości macierzyńskiej.

Przez długie i częste obcowanie z dzieckiem matka - karmicielka poznaje dokładnie swe maleństwo; żaden nowy ruch, żaden grymas twarzyczki, uśmiech, żaden nowy dźwięk szczebiotu dziecięcego nie ujdzie jej uwagi.

Również dziecko zaczyna prędko poznawać matkę - karmicielkę, zaspokajającą największą jego potrzebę życiową — głód.

Pierwszy jego uśmiech jest właśnie do niej skierowany, najczęściej uspokaja się z płaczu lub niezadowolenia na jej widok — chyba nie wątpimy, że karmienie jest wyłączną tego zjawiska przyczyną. Dzięki dokładnej znajomości dziecka matka - karmicielka już na kilka dni przed wystąpieniem objawów chorobowych twierdzi, że dziecko jest niezdrowe, odmienione— „napewno coś mu dolega". Nawet najbliższe otoczenie nie dojrzy tych objawów poprzedzających chorobę, matkę zaś nazwie przesadną, przeczuloną. A jednak w 2—3 dni potem wyraźne już dla wszystkich niedomaganie dziecka wymaga pomocy lekarza.

Nikt tak dokładnie nie opisze początkowych objawów choroby dziecka, jak właśnie matka; jej uwagi są dla lekarza niezmiernie cenne, częstokroć przyczyniają się do szybkiego rozpoznania choroby.

Znacznie trudniejsze jest zebranie wywiadów od matki, niekarmiącej swego dziecka. Tu lekarz musi niejednokrotnie uciec się do rozpytywania babki, ciotki, niańki. Matki niekarmiące są znacznie wolniejsze, a więc z zupełną łatwością częstokroć pozostawiają dziecko na opiece otoczenia; to też nietylko okres wstępny, lecz nawet początek choroby może być przeoczony.

Przez luźniejszy kontakt z dzieckiem matki te nie przywiązują dziecka do siebie w sposób należyty. W związku z tem słyszymy nieraz okrzyk oburzonej matki: „nie zna mnie prawie, jakbym nie ja je na świat wydała, cieszy się bardziej niańką, babką, aniżeli mną".

Dzieci karmione przez matkę zdają się być lepsze, łagodniejsze, częściej uśmiechnięte, aniżeli dzieci karmione sztucznie lub przez mamkę. Promienna bowiem radość matki podczas aktu karmienia udziela się dziecku, uśmiech matki znajduje oddźwięk w uśmiechu dziecka.

Opiekunki zaś, mamki, karmiące obce dziecko przeważnie z krzywdą dla dziecka własnego, spełniają często obowiązek karmienia z rozgoryczeniem, w każdym razie bez uśmiechu, bez zadowolenia matki—nie może to dodatnio wpłynąć na usposobienie dziecka.

Dzieci, karmione piersią matki, są naogół inteligentniejsze od innych dzieci. Przyczyną tego zjawiska jest również, rzecz prosta, częstsze przebywanie matki - karmicielki z dzieckiem. Matka częściej do dziecka przemawia, nawet wówczas, gdy dziecko zdaje się niczego jeszcze nie rozumieć. Ona jednak twierdz,i że doskonale porozumiewa się ze swojem kilkotygodniowem niemowlęciem. Jest w tem dużo prawdopodobieństwa: za-

spokojenie głodu dziecko łączy z osobą matki, uczy się ją poznawać, potrzebować, kochać; jego uśmiech, szczebiot wywołują największą radość u matki; płacz, niezadowolenie ją najbardziej niepokoją — wszystko to, jak i szereg podobnych sytuacyj, już od pierwszych dni życia składa się na rozwój psychiczny dziecka.

Miłość wzajemna matki i dziecka, zapoczątkowana w okresie karmienia, obejmuje, potęgując się nawet, i dalsze okresy życia. Z przyzwyczajenia czuje się matka niezbędną dla dziecka zarówno w okresie przedszkolnym, szkolnym, nawet nieco później. Opieka jej nad fizycznem życiem dziecka zaczyna się roztaczać również nad życiem umysłowem i moralnem. Zwiększa to zasób zdrowych i inteligentnych członków społeczeństwa.

Dziecko wraz z miłością dla matki wychowuje w sobie i wielkie do niej zaufanie, dzieli więc z nią zarówno swe przyjemne, jak i przykre przeżycia, szuka u niej rady w wątpliwych sytuacjach. Aczkolwiek taki sam kontakt, oparty na wzajemnej miłości i zaufaniu, istnieć może między każdą matką a dzieckiem, jest on jednak częstszy i prawdopodobniejszy między matką a dzieckiem karmionem piersią własnej matki.

Nie zaniedbujmy zatem wielkiego a naturalnego obowiązku karmienia naszych dzieci piersią.

Dr. T. Lewenfiszowa.

Hartujmy dzieci.

„Co to jest, że moje dziecko wciąż choruje, nie zdąży wyleczyć się z jednej choroby, już zapada na drugą, od lekarza prawie nie wychodzę". — Takie skargi, narzekania często płyną z ust matek.

Jeżeli matka zwierza się ze swoją troską sąsiadce, przyjaciółce lub znajomej, to w odpowiedzi najczęściej usłyszy radę, aby dziecko dobrze, ciepło ubierać, chronić je przed przeziębieniem, bo na karb przeziębienia zwala się wszystkie niemal dolegliwości dziecięce przez szerszy ogół matek. Lekarz w tych wypadkach będzie doradzał matce, aby swoje dziecko jak najwięcej hartowała. Jeżeli matka nie przejmie się tą zachętą, nie zainteresuje się, jak należy zabrać się do tego hartowania, a lekarz nie da szczegółowych wyjaśnień i odpowiednich wskazówek, to rada jego najczęściej jest grochem, rzuconym na ścianę, będzie słowem, trafiającem w próżnię.

O hartowaniu dzieci mówi się dość często, szafuje się tem słowem naogół rozlegle, ale w czyn wprowadza się je rzadko. Wynika to może z tego, że szerszy ogół matek nie wie, jak zabrać się do hartowania swoich dzieci.

W niniejszym artykule pragnę choć zgruba rzucić kilka myśli na ten temat.

Hartowanie dziecka winno być rozpoczęte jeszcze w niemowlęctwie, musi iść poprzez okres przedszkolny i szkolny i jest równoznaczne wychowaniu w warunkach najszerzej pojętej higjeny.

A zatem już od niemowlęctwa musimy dbać o utrzymanie czystości skóry dziecka, o należyte odżywianie, o częste przewietrzanie mieszkania, o utrzymanie w tem mieszkaniu ładu, porządku i czystości, o codzienne wychodzenie z dzieckiem na świeże powietrze, o odpowiednie ubieranie dziecka, o chronienie go przed zetknięciem się z choremi dziećmi lub osobami dorosłemi.

Chcąc utrzymać w czystości skórę dziecka, musimy je codziennie kąpać w pierwszym roku życia, po roku zaś co drugi — trzeci dzień conajmniej. Niemowlę, niekąpane codziennie, łatwo dostaje na skórze potówek, wyprzeń, odparzeń, a stąd skóra taka traci odporność na rozmaitego rodzaju zakażenia. A takie nawet bagatelne zmiany na skórze, jak potówki lub odparzenia, odbierają dziecku humor, sen i łaknienie i czynią skłonnem do rozmaitego rodzaju chorób. A ileż to razy młoda matka lęka się zanurzyć swoje dziecko do wody, bo ma ono nieznaczny katar lub kaszel. Słyszy się niemal codziennie: „Przeziębiłam dziecko, kąpiąc", zamiast powiedzieć: „Przeziębiłam dziecko, kąpiąc niezdarnie, nieumiejętnie". Niezbędnym warunkiem dobrej kąpieli jest staranne, dobre wysuszenie dziecka, zawijając je w suche, trochę nawet ogrzane prześcieradełko i okrywając je kołderką.

Hartujemy również dziecko, wychodząc codziennie z niem na spacer. W lecie wynosimy dziecko na świeże powietrze w kilka dni po urodzeniu, w zimie zaś po upływie czterech tygodni od urodzenia.

Jedynie tylko siarczysty mróz, słotny dzień, bądź silne wiatry mogą nas powstrzymać od spaceru z dzieckiem; wówczas częściej przewietrzamy nasze mieszkanie, w którem i tak zresztą należy często odświeżać powietrze przez otwieranie lufcików, okien lub drzwi, zależnie od pory roku. Naturalnie, że świeże powietrze dawkujemy w liczbach wzrastających, wychodząc naprzykład z dzieckiem pierwszego dnia na pół godziny, a w następne na coraz dłużej, dochodząc



do trzech godzin i dłużej w zimie, a w lecie przebywamy z dziećmi na powietrzu całemi niemal dniami.

Jeżeli porównamy dziecko, wynoszone codziennie na powietrze, z dzieckiem, którego rodzice panicznie boją się świeżego powietrza, „bo może przeziębić się", to u pierwszego widzimy cerę zdrową, rumianą, czerstwą, u drugiego zaś dziecka cerę najczęściej bladą, szarą, przezroczystą.

Co do właściwego, odpowiedniego odżywiania dziecka, szczegóły te pomijam, powiem tylko ogólnie, że winniśmy dążyć do tego, żeby każde dziecko w pierwszym roku życia było karmione piersią matki, dokarmiane zaś sztucznie po sześciu miesiącach, ze stopniowem wycofywaniem się z pokarmu naturalnego. Karmimy dziecko 6 razy naogół w pierwszem półroczu, 5 razy w drugiem i 4 razy dziennie po roku. Należy utrzymać rygor co do godzin karmienia. W nocy dziecka karmić nie wolno, chociażby się tego domagało. Niech młoda matka zdobędzie się na cierpliwość i nie uspokaja płaczące niemowlę piersią, jeżeli godzina należnego karmienia jeszcze nie nadeszła, jak również niech obudzi smacznie śpiące niemowlę, jeżeli przyszła pora karmienia. Pamiętajmy o tem, że w swoim czasie dziecko musi dostawać surowe soki owocowo - jarzynowe, przegotowane, przetarte jarzyny, mięso, jaja i t. p.

Goryczkowych pożywek i napojów wyskokowych dzieciom nie podajemy. Smakołyki zaś, słodycze dajemy możliwie jak najrzadziej i tylko na deser, nigdy nie mogą im służyć środkiem do wytargowania jakichś ustępstw ze strony dzieci.

W ubiorze dziecka popełnia się liczne błędy. Mamy tu do czynienia najczęściej ze zbyt obfitem nakładaniem różnorodnych części ubrania, przez co dzieci łatwo przegrzewają się, pocą się i łatwiej ulegają rozmaitym chorobom. Podczas badania dziecka trzeba często przejść uciążliwą, mozclną drogę przez szereg chust, kołderek, kaftaników, barchanowych koszulek, zanim się dojdzie do ciała dziecka.

Śpi dziecko na zwykłym, słomą wypełnionym sienniku, bądź materacyku, napełnionym trawą morską, a nie na puchowej pierzynce, jak to często spotyka się. Do okrycia używamy również nie pierzyny, a kołderkę. Godzina układania do snu dziecka musi być stała i ściśle przestrzegana.

W pewnych wypadkach możemy skórę dziecięcą hartować przez chłodne natryski, bądź nacierania całego ciała ręcznikiem, zwilżonym w chłodnej wodzie. Dotyczy to jednak dzieci w wieku przedszkolnym lub szkolnym, rzadko kiedy wcześniej.

Dla dzieci w wieku przedszkolnym obmyślamy gry i zabawy na świeżem powietrzu w lecie i w zimie. O grach i zabawach zimowych będę obszerniej mówić w jednym z najbliższych numerów „Młodej Matki".

Hartując zatem dziecko, czyli wzmacniając je, uodporniając fizycznie, doskonalimy go tem samem moralnie, duchowo, a więc zdążamy do tego, aby w zdrowem ciele panował zdrowy duch.

Dr. St. Średnicki.

Czy pokarm kobiecy może zawierać zarazki.

Jest rzeczą ściśle stwierdzoną, że pokarm kobiecy jest dla niemowlęcia najlepszem pożywieniem.

Składa się na to dużo różnych czynników. Między niemi najważniejszy jest ten, że pokarm kobiecy jest najbardziej przystosowany do zapotrzebowań młodego organizmu. Dlatego też słusznie niektórzy nazywają pokarm białą krwią, dzięki której utrzymuje się dalsze współżycie matki z dzieckiem.

Niemniej ważne jest, że pokarm kobiecy jest jałowy, to znaczy nie zawiera zarazków chorobotwórczych. O tem właśnie chcę mówić w tym artykule.

Brak zarazków chorobotwórczych w pokarmie ma wielkie znaczenie, zwłaszcza w miesiącach letnich. W mleku krowiem, w tym czasie, możemy mieć dużo zarazków chorobotwórczych, które mogą się dostać z zewnątrz, czy to podczas udoju, czy też przewozu, jako też podczas rozlewania. Coprawda zarazki te mogą być zniszczone zapomocą gotowania, wiemy jednak, że gotowanie niszcząc zarazki, obniża wartość odżywczą mleka. Natomiast przy karmieniu piersią unikamy możliwości zakażenia pokarmu, gdyż podajemy pokarm bezpośrednio z umytej piersi do jamy ustnej dziecka. Odpada zatem możliwość zanieczyszczenia pokarmu.

Tak się sprawa ma, o ile matka jest zupełne zdrowa. Pokarm zdrowej matki nie zawiera żadnych zarazków chorobotwórczych.

Zachodzi teraz pytanie, czy bywają takie stany chorobowe, przy których pokarm przestaje być jałowy, to znaczy może zawierać zarazki chorobotwórcze.

Oczywiście bywają takie choroby, gdzie zarazki mogą przechodzić do pokarmu. Należą do nich, między innemi, dury brzuszne. W chorobie tej we krwi matki znajdują się zarazki, które wraz z pokarmem mogą dostać się do przewodu pokarmowego dziecka.

Dur brzuszny jest chorobą dość częstą, jednak nie tak częstą, aby przy lada gorączce o nim myśleć i z tego powodu samowolnie odstawiać dziecko od piersi. Jednakże stwierdzenie duru przez lekarza jest oczywiście wskazaniem do odstawienia dziecka od piersi.

Inaczej przedstawa się sprawa w przebiegu grypy. Jak wiemy, zakażenie tu występuje na drodze kropelkowej, t. j. podczas kichania, kaszlu, mówienia. Pokarm chorej matki na grypę jest jałowy, uchronić dziecko od zakażenia przez chorą matkę można przez osłonięcie jej ust i nosa chu-

steczką lub gazą. Odstawienie dziecka w tym przypadku może być dość ryzykowne, gdyż najczęściej w okresie rozwoju choroby matki zakaża się dziecko, a pozbawienie pokarmu dziecka w chorobie jest dużem niebezpieczeństwem.

To samo można powiedzieć o wielu innych chorobach zakaźnych, które szerzą się drogami oddechowemi.

W dalszym ciągu nasuwa się zagadnienie karmienia dziecka przez matkę chorą na gruźlicę.

Karmienie niemowlęcia przez taką matkę jest najczęściej przeciwskazane. Chora bowiem na gruźlicę matka może zakażać swe dziecko czy to drogą pokarmu, czy też drogą kropelkową, naskutek kontaktu dziecka z chorą matką, co ma miejsce najczęściej.

Jeżeli możemy chorą matkę odosobnić od dziecka, oczywiście zabroniwszy karmić piersią, unikamy wówczas możliwości zakażenia tak jedną jak drugą drogą. Jeżeli jednak chora matka pozostaje z niemowlęciem, to lepiej jest wówczas karmić dziecko, o ile, oczywiście, siły matki pozwalają na to (decyduje o tem lekarz, pod opieką którego znajduje się matka). Musimy pamiętać, że dzieci karmione piersią lżej przechodzą zakażenie.

W końcu wspomnę jeszcze o kile. Tutaj kwestja odstawienia dziecka od piersi z obawy przed zakażeniem nie ma miejsca. Dziecko urodzone przez matkę chorą na kiłę jest również chore. Może jedynie zachodzić możliwość odstawienia od piersi wówczas, gdy matka zachorowała na kiłę po urodzeniu dziecka, jak również nie może być chorą mamka, gdyż wówczas niemowlę bezwzględnie ulegnie zakażeniu.

Jak widać z powyższych danych tylko w nielicznych przypadkach pokarm zatraca swoją jałowość, a zatem matki powinny starać się o możliwe utrzymanie pokarmu przez pierwsze 6 do 9 miesięcy życia dziecka jako najlepszego zabezpieczenia zdrowia swego maleństwa.

Dr. Zofja Glińska.

Znaczenie atmosfery domowej.

Nie jest komunałem twierdzenie, że najlepszymi wychowawcami dziecka jest: atmosfera domowa i samo jestestwo wychowawcy.

Dlaczego młodzież w wieku szkolnym tak często okłamuje dom i rodziców, dlaczego uczniowie okłamują nauczycieli, dlaczego służba okłamuje chlebodawców, dlaczego życie niejednego człowieka opiera się na splocie krętactw, kłamstw, wybiegów i blagi?

Dlatego, że małe, malutkie dziecko nauczyło się kłamać, oszukiwać bonę, nianię, mamusię.

Nauczyło się, nie umiało, ale atmosfera domowa zmusiła je do tego.

Czem nasiąknie dusza dziecka do lat 6, 7, tem żyć będzie długie lata, a może całe swe życie.

Nasiąknie zaś głównie atmosferą swego rodzinnego domu. Dom rodzinny! Święte słowo. Ale jakże często sprofanowane!

Oto mamusia na wizycie. Dziecko widzi jej uśmiech, słyszy jej miły głos, jej wesoły śmiech.

A potem mamusia w domu, ostre słowa zwrócone do tatusia, wieczne gderanie służącej, docinki przykre w rozmowie z resztą domowników, znudzona, obrażona mina.

Te wieczne kłótnie w domu, te drobne, codzienne utarczki, te wielkie, poważne awantury i to małe dziecko, które widzi, słyszy, nie rozumie — ale czuje... Nikt z dorosłych nie chce ustąpić, nikt nie uzna, że dla dobra dziecka niejedną ponieść należy ofiarę i gorzką połknąć pigułkę.

Nerwy dziecka nie wytrzymują zazwyczaj przykrej atmosfery — dziecko staje się kapryśne, niegrzeczne, kłótliwe.

A potem zaczyna się uczyć drobnych wybiegów.

Niania prosi, by mamusi nie mówić o zepsutej zabawce, kucharka — o przypalonem mleku.

Mamusia nie chce, by tatuś wiedział o spacerze za miasto — „będzie mu smutno, że nie był z nami". Adzi nie trzeba opowiadać, że była tamta kuzynka na obiedzie, a wujkowi, że kupiono nowy patefon. Powoli wciąga się dziecko w wir małostek codziennych i drobnych plotek, otacza się atmosferą nieszczerości i obłudy.

Nie wiadomo co gorsze — rodzina wiecznie wojująca między sobą, czy okłamująca się wzajemnie.

Naiwni rodzice są zdania, że dzieje się to poza świadomością dziecka — nieprawda.

Człowiek, który kłamie, nie wychowa uczciwego i prawdomównego człowieka. Człowiek pasjonat nie nauczy panowania nad sobą.

Jak zabawnie wygląda ojciec wiecznie zdenerwowany, karcący syna za opryskliwe odpowiedzi. A cóż powiedzieć o wiecznie znudzonej matce,

która gniewa się, że dziecko nie potrafi bawić się samo.

Artykuł ten nie ma na celu moralizowania, nie myślę też, bym poruszała sprawy nieznane. Przeciwnie, wiem dobrze, że każda czytelniczka zgodzi się ze mną i poprze moją teorję o konieczności wytwarzania pogodnej atmosfery domowej. Chodzi mnie o co innego, mianowicie, że



najmądrzejsza matka często nie zdaje sobie sprawy, jak dalece ważnym czynnikiem wychowawczym jest dom, jak bardzo panować nad sobą należy, ile wysiłków ponieść, ilu buntu stłumić w sobie—żeby dać dziecku jasne życie i równą, pogodną atmosferę domową. Russel w swej książce „O wychowaniu" podkreśla, pierwsze sześć lat życia człowieka, jako najważniejszy okres życia i chyba nie myli się.

Mowa, ruchy, jedzenie, zachowanie się przy stole, uprzejmość w stosunku do ludzi, umiejętność bawienia się, porządek, obowiązkowość, prawdomówność, odwaga cywilna uprzejmość, posłuszeństwo, ufanie starszym, pogodne usposobienie — to wszystko wyrobić można jedynie do 7-go roku życia.

Jedynie w tym okresie cechy wyżej wymienione staną się przyzwyczajeniem, wejdą w krew, staną się drugą naturą dziecka, będą czemś nierozerwalnem, ściśle z charakterem dziecka zespolonem.

Jestestwo wychowanka zostanie na mocnych podwalinach oparte, na nienaruszalnych fundamentach zbudowane.

Pieścić, psuć, wykolejać dziecko do pięciu, sześciu lat, by dopiero później zacząć je wychowywać — jest przestępstwem, którego dopuszcza się niejeden wychowawca. A w iluż rodzinach porusza się wszelkie zagadnienia i spory w obecności małego dziecka, nie krępuje się w wypowiadaniu ostrych słów, kłamstw, obmów — i dopiero gdy dziecko jest starsze i poczyna mieszać się do rozmowy wysyła się je z pokoju. Wtedy jednak jest za późno.

Dziecko to nie zabawka, to nie niespodzianka, to nie „promyk" domowy — to obowiązek.

Czem więcej siły, czasu, wysiłku, myśli, ofiar, miłości poświęcimy temu „obowiązkowi" w zaraniu jego życia — czem milszą i pogodniejszą atmosferą domową go otoczymy, tem bogatszy plon zbierzemy z naszej pracy — w postaci przywiązania, przyjaźni i miłości naszego dziecka w stosunku do nas.

I. Mackiewiczówna.

Kilka uwag o lekturze dla dzieci.

Początek roku szkolnego jest dla wielu matek źródłem różnych kłopotów. Kłopoty te ogniskują się nietylko dokoła młodzieży w wieku szkolnym, ale także dookoła młodszych dzieci, które pozostają jeszcze w domu. Wyrwane nagle z rozkoszy chlapania się w wodzie, kopania w piasku i zbierania różnych „cudów" w lesie, dzieciaki będą jeszcze bardziej kapryśne, niż zazwyczaj. Co robić w czterech ścianach dziecinnego pokoju, gdzie niema ani piasku, ani wody, gdzie nie rosną kwiaty i nie fruwają motyle, a za oknem zaczyna siepać drobniutki deszczyk jesienny?

Zabawki leżą wzgardzone w kącie: blaszany bąk nie umie wcale tak ładnie brzęczeć, jak żywy, a mały wózek z drewnianym koniem nie przypomina niczem drabiniastego wozu z sianem, tak miękkiem i pachnącem...

Niema rady: trzeba dzieciom coś poczytać. — Ale co?

Kłopot bardzo poważny. Wiemy, że przy wyborze książek dla dzieci trzeba się kierować daleko idącą ostrożnością; dziecko każdą książkę przeżywa głęboko i odczuwa, jakby to było „naprawdę". Granica między bajką a rzeczywistością jest dlań bardzo niewyraźna i trudna do uchwycenia.

Zastanówmy się i rozpatrzmy bliżej, czego winniśmy wymagać od książki dla dzieci? Czy tak samo, jak 50 i 100 lat temu, wystarczą bajki z tysiąca i jednej nocy, bajki o Robinsonie, Guliwerze, śpiącej królewnie, Czerwonym Kapturku i Kopciuszku?

Zdaje się, że nie. Zmieniły się czasy, zmienili się ludzie — w innym duchu trzeba wychowywać młode pokolenia. Dziś, w dobie kryzysu i tylu wstrząsających dramatów i przemian w każdej dziedzinie życia, nie można chować dziecka „pod kloszem", w sferze skrzydlatych marzeń i iluzyj. Przejście ze świata bajki do bolesnego świata rzeczywistości byłoby zbyt brutalne, zbyt ciężkie do zniesienia dla niezahartowanej od dzieciństwa duszyczki.

Dzisiejsze dzieci tylko w znikomym procencie żyją w otoczeniu zbytku, bon i nianiek, spełniających każdą zachciankę malca. Cała olbrzymia reszta dzieci, albo prowadzi okrutne życie „dziecka niepotrzebnego", rzuconego na pastwę ulicy, albo też ma możność takie dzieci obserwować w swem najbliższem otoczeniu.

Zamiast opowiadać cuda o Kopciuszku — trzeba dziecku dać poznać życie tych prawdziwych „kopciuszków", których tyle ma wokoło siebie. Trzeba je uczyć współczucia i zrozumienia dla dzieci, które chodzą głodne, wynędzniałe i wyniszczone pracą nad siły.

Dziecku należy się pewien, choćby skromniutki, zapas przygotowania do życia. Trzeba mu pomóc w znalezieniu swego skromnego miejsca na świe-

cie, swojej życiowej roli. Dopóki inne zadania nie wyłonią się w późniejszym wieku, musi poznać choć trochę świat taki, jaki jest; poznać ludzi *żywych*, złych czy dobrych, cierpiących i walczących, a nie papierowe królewny z bajki. Dziecko musi poznać świat, by uniknąć później rozczarowań, i musi nauczyć się go kochać takim, jakim jest. Wpojenie obowiązku miłości, współczucia i niesienia pomocy w cierpieniu bliźniego i każdego żywego stworzenia, winno być pierwszą wskazówką w lekturze wychowawczej współczesnego dziecka.

To jedno. Dalej—książka winna pouczyć dziecko, że szczęścia trzeba szukać w samym sobie, we własnej duszy i siłach. Musi się przekonać, że szczęście nie leży gdzieś poza nami, że jego urok nie zależy od latającego dywanu, ani magicznego pierścionka. Szczęście leży w nas, zależy od naszego spojrzenia na świat, naszego postępowania. Zadowolenie ze spełnionego dobrego czynu, miłość bliźniego — są tą siłą magiczną, różdżką czarodziejską, która rodzi szczęście, sprawia, że świat i życie wydają nam się piękne.

Tyle co do ideologji książek. A teraz parę uwag ogólnych. Przedewszystkiem nie czytać zadużo! Zostawić dziecku czas na przemyślenie książki, pomóc mu w tem umiejętnie rzuconem słowem, przykładem wskazanym z życia.

Zwracać baczną uwagę na formę, w jakiej książka jest napisana. Książka dziecinna, choćby kryła w głębi najpoważniejsze zagadnienia, musi być napisana w formie przystępnej, lekkiej i giętkiej, nie może wywierać, broń Boże, przygnębiającego wrażenia. Ból i troska muszą być ukryte na dnie, całość musi być prześwietlona słońcem, ciepłem i pogodą. I jeszcze raz powtarzam — winna być pełna miłości. Nigdy nie zapomnę wrażenia jakie uczyniła na mnie w dzieciństwie książka o pewnym chłopczyku, który umarł, ponieważ nie był przez nikogo kochny. Nie to było straszne i przejmujące, że cierpiał i umarł, tylko to. że go nikt nie kochał. Ani ojciec, ani brat, ani nikt (matki nie miał). Ta książka dręczyła mnie, jak zmora, przez długi czas...

Miłość ludzi, miłość zwierząt i miłość przyrody — to trzy główne i konieczne czynniki, jakie winna zawierać dobra książka dla dzieci.

Alina Orzechowska.

Późną jesienią.

Kiedy kolejne zjawianie się zimy, wiosny, lata uważane jest za coś zupełnie naturalnego, nadejście słot i błot jesiennych witane bywa zawsze, jako dopust Boży, jako niespodzianka w szeregu dni miłych i pożądanych. W żaden sposób wielu pogodzić się z tem nie może, że u nas ta pora roku składa się właściwie z dwóch: *złotej, polskiej jesieni* o pięknych słonecznych południach, barwnych liściach na klonach, winie czy dębach i z *szarugi jesiennej*. A tego uczy nas coroczne doświadczenie, o tem mówią polscy przyrodnicy.

Z racji zbliżającej się zimy robi się zawczasu przygotowania. Jeszcze w listopadzie mówi ojciec: „Kupię Tadzikowi na Gwiazdkę łyżwy — już mu czas na porządną ślizgawkę. Taki krzepki chłopczyk! 6 lat przecież w tym tygodniu kończy. A ty, mamo, wyszykuj mu kostjum wełniany. Albo, lepiej kożuszek zakopiański Zwarjuje chyba chłopaczyna z radości!". W innym znów domu mowa o babuni, która przy każdej okazji obdarza dziatwę: „Trzeba Mamie podsunąć myśl o saneczkach. Teoś już może wozić Malutę. Widzę już rozradowaną córuchnę z buzią rumianą od mrozu, jak jabłuszko!".

Wiosną myśli się o taczkach, szpadelku, wózku czy rowerze, latem szykuje się kubełek, szufelkę, foremki drewniane czy metalowe do piasku, kiedy zaś jesień nadciąga, nie słychać o żadnych przygotowaniach tego rodzaju.

Wiadomo, że w maju czy w czerwcu Basia i Wojtunio będą pracowicie wozili piasek i żwir w aucie ciężarowem w parku czy ogrodzie; w lipcu zajmą się łapaniem ryb siatką na motyle, kopaniem na plaży stawów, budowaniem fortec; w lutym czy styczniu zabawią się śnieżkami, ulepią bałwana, ale co robić będą w listopadzie — nikt nie wspomni zawczasu.

A jednak szaruga jesienna nie może być jakąś pauzą w życiu, spędzoną na buncie, na wyczekiwaniu czegoś normalnego, istotnego, bo one, te dni ciemne, z kapuśniakiem i ulewą, zimnem i wichurą, to czas normalny i niezmiennie przychodzący, musi być należycie wyzyskany!

Słońce z zewnątrz rzadko zagląda, lecz czyż nie mamy innego źródła jasności, wewnętrznego, w sobie? Nie myślę tu o uśmiechu jasnym, pogodnym, lecz o całem nastawieniu na ton weselszy, jaśniejszy, gdyż wrogi nasz stosunek do szarugi jesiennej odbija się bardzo szkodliwie na dzieciach. Mamusia się kurczy, że jej zimno, biadoli — dziatwa biadoli również; dzieci zasuwają rączki w rękawy, krzywią się, kupią pod piecem — nuda ołowianego nieba odbija się w nudzie, wlokącej się po pokojach domu.

Tak być nie powinno!



Młoda mamusia, która zniosła tak mężnie niejedno już cierpienie, w pluchę jesienną zdobędzie się na jeden jeszcze wysiłek dla dobra dzieci, wobec dzieci: postara się zapanować nad wrażeniami, przyniesionemi z zewnątrz domu, zwróci oczy raczej do wnętrza, do jego ogrzanej, światłej zawartości z jej wygodami, dobrodziejstwami, urokiem i swoistem pięknem. Nie z wyrzekaniem na niepogodę, lecz z wesołym frazesem na ustach, z pochwałą zaciszności kąta własnego wchodzi w próg domu, w którym rządzi, króluje. Niech nie rozczula się nad sobą, raczej opanowuje siebie i innych, wyszukując dodatnie strony życia. Chcemy przecież wychować ludzi, kochających swoje ognisko domowe, nie wagabundów, wieczystych cyganów. A późna jesień to najlepszy moment wprowadzenia dziecka w tajnie życia osiadłego. Latem żyliśmy więcej życiem nomadów [1]).

[1]) koczowników, wędrowców.

Pragnienie równoległego, równomiernego rozwoju strony fizycznej, moralnej i umysłowej dziecka nie daje się tak łatwo realizować. Lato daje dla rozwoju fizycznego tyle, ile wszystkie inne pory roku razem wzięte — przekonywają nas o tem lekarze higjeniści, no i doświadczenie własne. Dni słotne zato, kiedy dzieci nie rozbiegły się po plaży, lesie, ogrodzie czy podwórku, a są tuż przy nas, pozwalają na intensywniejszą pracę wychowawczą w innym kierunku. A w tej pracy potrzeba planu, skrystalizowanych projektów. Nie będzie wtedy narzekać „dom cały" na rozkrzyczane dzieci, przy których słowa nawet zamienić nie można, a wszędzie zaśmiecone, zabrudzone.

Współczuję bardzo młodej matce, do której właśnie przyszły koleżanki, czy znajome. Tak ich wiele łączy! Tyle wieczorów przegadała z niemi za panieńskich czasów! Takby jej się chciało długiej, serdecznej wymiany myśli po pracowicie spędzonym dniu! A dziatwa przeszkadza, przeszkadza, wciąż przeszkadza. Nie powiem: „Źle wychowane dzieci!". Nie! Raczej nudzą się one bez podsuniętego sobie absorbującego zajęcia.



Postaram się dokładniej rozpatrzyć, jak to zło usunąć. Dzieci tak lubią naśladować starszych! Późną jesienią Mama stara się coraz coś ulepszyć w mieszkaniu, żeby było cieplej, wygodniej, jaśniej. Na parapecie ułożyła wałek z pluszu, bo jakoś wiało Babci od okna. Malili kupiono dywanik przed łóżko, żeby bosą nóżką nie stąpnęła na zimną podłogę. Dziadusiowi urządził elektrotechnik malusią lampeczkę do czytania w łóżku. Dzieci wszystko widzą, wszystkiem się interesują — właściwa chwila, żeby się i one zagospodarowały w „swoim" kącie pokoju, gdzie składają własne zabawki, lalki. A jeśli go dotąd nie mają, trzeba wyznaczyć, zaraz będzie porządniej w dziecinnym pokoju, w mieszkaniu całem. Trzeba z dzieciarnią przejrzeć pościel lalek. Może co się zgubiło latem; trzeba uprać powleczenie. Czy lalki mają na zimę ciepłe paltka, berecíki, buciki? Przydałby im się pokoik. Od kupnego lepszy własnej roboty. Dawny odnawia się, reparuje; ściany ozdabia nowemi obrazkami, firankami, meble—narzutami, serwetkami, podłogę — dywanikiem. Szycie dla lalek, sprzątanie, coraz inne ustawianie mebli sporo czasu zajmie dziatwie.

Chłodna jesień, a nie znojne lato, odpowiedni też czas do wtajemniczenia dzieci w arkana najłatwiejszych ściegów: łańcuszkowego, pocztowego, krzyżyków na kanwie papierowej, szwów, obrębiania. Już będą mogły szyć lalkom, porobić prezenciki na zbliżającą się Gwiazdkę. Nie łudźmy się: zręczność w paluszkach, wprawę w posługiwanu się igłą trudno wyrobić — będzie to zatem coś bardzo łatwego, ale będzie to już pierwsza robótka, pierwszy krok, własnoręczny, prawdziwy upominek. Piękny motyw, wyraźnie oznaczony na płótnie lub suknie, wyszyty łańcuszkiem, bawełną lub jedwabiem jednej barwy, byle możliwie starannie, może być ładną serwetką na koszyczek do bułek, czy stoliczek, z przeplatanki papierowej — podkładka pod kałamarz i t. d. i t. p. Uczy się przytem dziecko dotrzymywania tajemnicy, powściągliwości w mowie — to taki ważny nabytek!

Sześcioletnie dziecko musi już codziennie pewien czas zająć się pracą. Wdrażamy w nie, że każdy człowiek musi koniecznie pracować, zarówno

bogaty jak biedny. Przytem nieznacznie od zabawy przechodzimy do pracy. Bawi malca, kiedy mu pokazujemy, jak niewielkim wysiłkiem otrzymuje się taki śliczny, równiutki rysunek nitką na tkaninie. Próbuje z zaciekawieniem samo. Takt, nasza umiejętność postępowania utrzyma, nudzące się dziecko w dzień jesienny przy tem zajęciu stopniowo, zwolna coraz dłużej. Wreszcie przyzwyczajenie zrobi swoje: dziecko codziennie trochę popracuje. Jeśli, zdobywszy spory już bardzo zapas sił fizycznych, przywyknie cały swój czas poświęcać zabawie, *trudniej starsze już od próżniactwa oduczać.*

Wszystkie, wyliczone przeze mnie zajęcia wymagać będą dużej pracy, współudziału, pomocy matki, wychowawczyni. Z początku owoc to będzie nie całkowicie jej rąk: i to ustawienie, i to uporządkowanie, i to ugotowanie obiadu dla lalek, wykąpanie ich, ale z czasem co za radość! co za postęp! *Dziecko potrafi się bawić w ten sposób samo długie chwile, zupełnie samo!* Uchwyciwszy moment przesycenia się danem zajęciem, podsuńmy drugą czynność, zabawę. A następnie dziecko potrafi zająć się pracą już prawdziwie pożyteczną, no i staje się stopniowo kulturalnym, cywilizowanym człowiekiem społeczeństwa, który *nie przeszkadza otoczeniu pracować obok siebie czy odpoczywać,* żyje normalnem życiem ludzkiem, życiem dzielnego pracownika.

Osobno poruszę jeszcze zajęcia gospodarskie. Przed skończonym 7 rokiem dziecko powinnoby już umieć obetrzeć meble z kurzu, nakryć do stołu, posprzątać naczynia, pokrajać słoninę, makaron czy kluseczki, usiekać pietruszkę czy koperek i t. p. Prawda: kluseczki będą niezbyt równe, makaron niezbyt drobny, ale smakować będą bardzo całemu domowi, a dumą i zaufaniem we własne siły napełnią duszyczkę młodej istotki.

Zabierzmy przy okazji dziecko do stolarza czy innego rzemieślnika, do znajomej fabryki, wytwórni o niezbyt skomplikowanym organizmie. Przypomnijmy sobie swoją radość z pierwszej swojej podobnej wizyty, czy z odrobiny np. drewnianych sztyfcików od szewca, czy gwoździków z ładnemi łebkami od tapicera (można dać za podobne drobnostki parę groszy, niekoniecznie brać za darmo).

Jesienią też słotną gromadzimy dzieci do posłuchania czarodziejskiej bajki czy powiastki pięknej, poezji, a nie w jasny dzień letni, kiedy akurat nóżki rozlatane, a oczki rwą się do kwiatów, ptaszków, rybek, do wielkiej, otwartej, słońcem zalanej przestrzeni...

Józefa Gażyńska.

NADSYŁAJCIE ZDJĘCIA DOTYCZĄCE CODZIENNEGO ŻYCIA WASZYCH DZIECI.

Odpowiedzi na listy rodziców.

1. *Pani Ninie Leszkowiczowej.* Waga synka Pani jest nieco niższa od przeciętnej normy wagi dziecka w tym wieku. 3 miesięczne niemowlę powinno jadać 6 × na dobę w odstępach 3 godzinnych, z przerwą nocną 9 godzin. Poszczególna porcja pokarmu 150 gr.

O dokarmianiu dziecka należy myśleć dopiero wówczas, gdy się okaże, że Pani ma za mało pokarmu. Zasadniczo niemowlę powinno być wyłącznie karmione piersią do $^1/_2$ roku.

W razie braku pokarmu należy go uzupełnić mieszanką o składzie 2 części mleka, 1 część kleiku z dodatkiem $1^1/_2$ łyż. od herb. cukru na 100 gr. mieszanki. Poszczególne porcje jedzenia, jak wyżej nadmieniliśmy, do $^1/_2$ roku przy 6-ciokrotnem odżywianiu powinny wynosić 150 gr.

Najmłodsze niemowlę można w kąpieli myć mydłem, należy jedynie używać mydeł łagodnych nie drażniących skóry. Mydlić należy nie bezpośrednio skórę, lecz miękki gałganek, którym obmywa się skórę dziecka. Mydlenie dziecka powinno być dokonane na stole, a dopiero później niemowlę zanurza się do wody celem obmycia z mydła.

2. *Pani Mieczysławie Aleksandrowiczowej.* 5-ciotygodniowe niemowlę powinno jadać 6 × na dobę w odstępach 3 - godzinnych z przerwą nocną 9 godzinną.

Poszczególne porje pokarmu 110—120 gr. Poszczególna porcja stopniowo powinna wzrastać tak, że w 8 tygodniu powinna wynosić 130 gr., w 12-tym 140—150 gr.

Djeta Pani, poza alkoholem, dziczyzną, ostremi rzeczami i kapustą kwaszoną, nie powinna odbiegać od zwykłej djety. Owoce można jadać w dowolnej ilości.

Córeczce przy wolnych stolcach można podać wodę wapienną w ilości 5 × dzień po 1 łyż. od herb.

3. *Panu Stanisławowi Reinhardowi.* Broszury omawiającej dokładnie sztuczne odżywianie niemowlęcia wraz z podaniem sposobu przygotowania mieszanek nie mamy. Możemy jedynie na poszczególne zapytania udzielać odpowiedzi na łamach pisma „Mł. M.", po otrzymanu dokładnych danych co do stanu dziecka, jego wieku i t. p.

4. *Pani Jadwidze Weberowej.* Odpowiedź wysłaliśmy przez pocztę.

5. *Pani Halinie Borsukowej.* To samo.

6. *Pani J. Aksamitowskiej.* Żądane wzory wysłaliśmy. Wskazówki co do odżywiania swego synka znajdzie Pani w odpowiedzi pierwszej.

Kurs ogrodnictwa.

Koło Miłośników Ogrodnictwa rozpocznie dnia 21 listopada r. b. 3-miesięczny Kurs Ogrodnictwa dla miłośników.

Wykłady odbywać się będą w godzinach popołudniowych.

Kurs obejmie następujące wykłady: gleba, uprawa i nawożenie, nasiennictwo, warzywnictwo, hodowla pieczarek, sadownictwo i owocarstwo, przetwórstwo, kwiaciarstwo gruntowe, szkodniki i choroby roślin oraz pszczelnictwo.

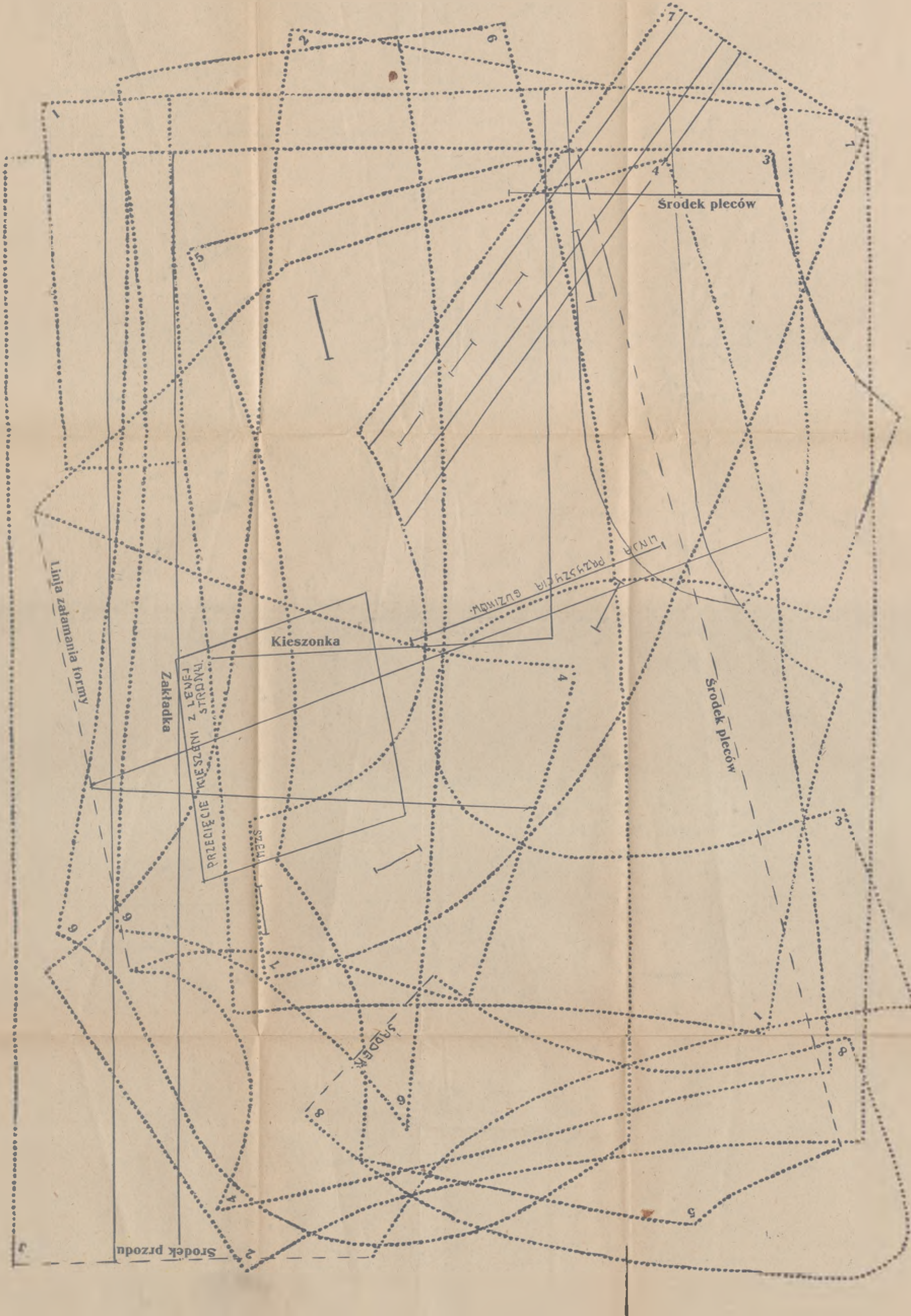
Informacyj udzielają i zapisy przyjmują: Biuro K. M. O. Al. Jerozolimskie 45 m. 4, tel. 982-35, Kierowniczka Kursu p. Wysocka, tel. 840-18, oraz Skład Nasion B-ci Chomicz — Zgoda 8.

Oceny książek.

Stacja Opieki nad Matką i Dzieckiem, instytucja nawskroś nowożytna, w Polsce, zwłaszcza w czasach przedwojennych, nieznana, jest czynnikiem kultury fizycznej a pośrednio i duchowej, głęboko wnikającym w życie najuboższych warstw społeczeństwa. Szerzy zrozumienie jej zadań i celów, a zarazem udziela szczegółowych informacyj o sposobach jej prowadzenia broszura wybitnego specjalisty w tym zakresiie dr. Marcelego Gromskiego, wydana w r. b. nakładem Związku Pracy Obywatelskiej Kobiet. Nabyć można we wszystkich księgarniach oraz w biurze Związku — Brzozowa 2.

Zakłady Drukarskie „HELIKON“ Warszawa, Elektoralna 25 tel. 778-52.

Dwutyg. MŁODA MATKA № 22 r. 1932



Dwutyg. MŁODA MATKA № 22 r. 1932

Wzory na trzy ręczniczki dziecinne

Nici [logo] art.: 204 Kolory dowolne. Ścieg pocztowy.

